

ГРИПП

Грипп – вирусное заболевание, получающее наибольшее распространение осенью и зимой. Как правило болезнь начинается внезапно и проявляется резким повышением температуры (выше 38°C) с ознобом, общим недомоганием, головной болью, болями в мышцах и суставах, повышенной слезоточивостью глаз, кашлем и т.п. Такое состояние обычно продолжается в течение 5 - 8 дней. Переносчиками вируса от человека к человеку являются капельки влаги, попадающие в воздух при чихании и кашле изо рта или носа заболевшего человека либо оставшиеся на его руках. Заражение возможно на протяжении первых 7 дней болезни. В ряде случаев возможны клинические осложнения (синусит, отит...), а также осложнения в виде обострения хронических заболеваний.

ЧТО НЕОБХОДИМО ДЕЛАТЬ, ЧТОБЫ НЕ ЗАРАЗИТЬСЯ?

- Пользоваться одноразовыми бумажными носовыми платками.
- Во избежание заражения окружающих людей чаще мыть руки.
- При кашле и чихании тщательно закрывать нос и рот. Наилучший способ – это прикрывание лица внутренней частью руки от запястья до локтя.
- Не курить и не употреблять спиртных напитков.
- При головной боли и повышенной температуре принимать обезболивающие и жаропонижающие средства.
- Никогда самостоятельно не принимать антибиотиков; если в этом возникнет необходимость, ваш лечащий врач их назначит сам.
- С повышенной температурой и недомоганием оставаться дома. Это поможет вам лучше преодолеть болезнь и не приведет к заражению окружающих вас людей на работе или в школе.
- Проконсультироваться у своего лечащего врача, если вы страдаете хроническими заболеваниями, беременны либо больным является ребенок младшего возраста.



В КАКИХ СЛУЧАЯХ НЕОБХОДИМО ОБРАЩАТЬСЯ К ЛЕЧАЩЕМУ ВРАЧУ ЛИБО ПРИБЕГАТЬ К ЭКСТРЕННОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ?

- Детям младшего возраста в случаях, когда у них наблюдаются:
 - учащенное или затрудненное дыхание;
 - повреждение кожного покрова;
 - возвращение ранее прошедших симптомов заболевания;
 - отсутствие аппетита или вялость, апатия (отсутствие желания играть, двигаться и т.п.)
- Взрослым в случаях, когда у них наблюдаются:
 - затрудненное дыхание;
 - боль или чувство тяжести в области груди или живота;
 - длительные головокружения;
 - изменение психического состояния;
 - температура выше 38°C на протяжении более 4 дней.

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ:

900 G R I P E A

900 4 7 4 7 3 2

Web <<http://www.euskadi.net/gripe>>